

KOOPERATÍV TESTNEVELÉSI JÁTÉKOK HATÁSA ALACSONY ÉS MAGAS ALKATI SZORONGÁSÚ SERDÜLŐ LEÁNYOK SZOCIOMETRIAI HELYZETÉRE

Kovács Katalin

Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar

Kulcsszavak: kooperatív testnevelési játékok, szociometria, szorongás

Szakemberek szerint az iskolák versengő struktúrájának ára van: nemcsak a vesztesek, de a győztesek is szorongásukkal fizethetnek, és a csoportlégtör is romolhat. Ha a szorongás a feladatra irányítja a figyelmet, akkor hasznos, azonban a motivátlansággal együtt járó szorongásmentesség éppen olyan kedvezőtlen, mint a túlmotiváltsággal, emocionális feszültségekkel járó erős szorongás (Eysenck, 1997). Mivel a feszültség csökkentése vagy emelése tudatosan alkalmazható, hasznos eszköz lehet a pedagógus kezében (Kozéki, 1984). Tudni kell, mely tanulók rendelkeznek minimális pszichikus tenzióval, és kik az erősen szorongók. A szorongók esetében akkor eredményes a tanár, ha minél nyugodtabb helyzetet teremt. Tudni kell azt is, hogy kell-e versengésre késztető feladat ahhoz, hogy a tanuló optimálisan teljesítsen.

Vizsgálatunkban a kooperatív testnevelési játékokkal a feszültséget tudatosan akartuk optimalizálni, mivel a játékoknak feszültségkeltő és -oldó hatása is van. Feltételeztük, hogy a kooperatív játékok hangsúlyozásával azon tanulóknak, akik magas alkati szorongással jellemezhetők, és társaik elutasították őket, csökken a szociometria távolságuk. Továbbá, hogy az alacsony alkati szorongással és kedvezőtlen együttműködési szándékkal jellemezhető diákok törekvései pozitívan változnak.

A vizsgálati személyek 12–13 éves leányok voltak (a kísérleti csoport nagysága 71 fő, a kontrollcsoporté 73 fő). A kísérleti csoportok fél évig az oktatási anyaghoz és körülményhez kiválasztott kooperatív játékokat gyakorolták. Vizsgálati módszerünkkel, a Csoport Értékelési Eljárással (Schellenberger, 1973), a társas kapcsolatokra kaptunk választ, az alábbi kérdés mentén: Milyen szívesen vagy nem szívesen döntenél egy fontos kérdésben minden egyes osztálytársaddal? Az eredeti grafikus ábrát az Y-skálával bővítettük, így a preferencia rangsor és az egyéni törekvések együttes ábrázolásával informatívabb képet nyerhetünk a vizsgált személyekről. A szorongást mint személyiségvonást a Spielberg (1980) által kifejlesztett STPI mérőeszköz Oláh (1987) által magyarra adaptált változatával vizsgáltuk.

Eredményeink szerint kooperatív játékokkal dominánsan az elutasított és magas szorongással jellemezhető leányok (N=7) motiválhatók, akik konformizmussal törekedtek az együttműködésre. Azonban azon tanulók (N=24), akik fenyegetőnek érezték környezetüket, de a semlegesek csoportjába tartoztak, nem reagáltak érzékenyen a játékokra. Figyelemre méltó, hogy nemcsak az alacsony alkati szorongással és kedvezőtlen együttműködési szándékkal jellemezhető tanulók (N=8) törekvései változtak pozitívan, hanem minden olyan leányt, aki minimális pszichikus tenzióval rendelkezett (N=23), kedvezőbben, vagy változatlanul rangsoroltak társaik. A kontrollcsoportnál hasonló eredményeket nem találtunk. Eredményeink alapján elmondható, hogy a kooperatív testnevelési játékok mind az alacsony, mind a magas alkati szorongással jellemezhető serdülő leányok társas hatékonyságát pozitívan segítette elő, a játékprogram hatékony eszköz lehet a pedagógiai ideális közösség alakítására.